ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№09 (41) МАЙ 2008

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ



ISSN 1819-9488











Дорогие друзья!

Конечно же вы соскучились по свежим овощам, настоящим, грунтовым! Первое время, вы, как и мы, будете есть их сырыми, наслаждаясь их сочностью и нежным вкусом. А потом все-таки захочется чего-нибудь горячего! Так вот, из ранних овощей можно приготовить очень много блюд, таких же сочных и нежных.

В наших рецептах все овощи взаимозаменяемы. Поэтому вы можете готовить блюда с разными овощами, по мере их появления на грядках или в магазинах.

И приятного вам аппетита!

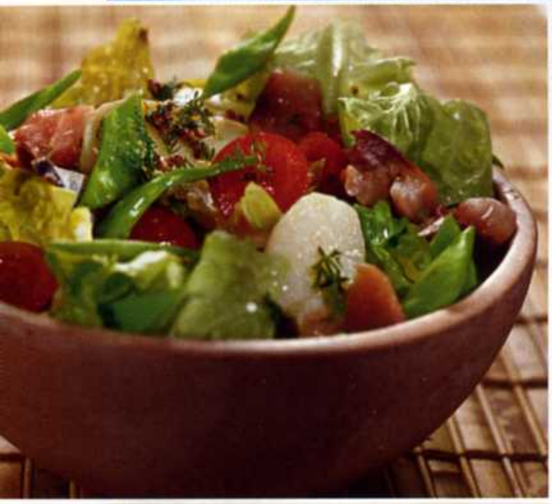


Продолжается конкурс на лучший рецепт овощных и фруктовых блинчиков, объявленный «Коллекцией рецептов» и одним из ведущих производителей кухонной посуды – фирмой Tefal. Четыре победителя получат в подарок роскошные блинницы Tefal два в одном. С помощью сменных плиток с антипригарным покрытием на этих блинницах можно одновременно готовить 2 больших блина или 6 маленьких блинчиков.

Пишите нам до 1 августа 2008 года.

Желаем удачи.

Ваша редакция





условные обозначения

вегетарианское питание

легкие рецепты

блюда, которые подходят для детей

рецепты средней сложности

M≈

блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

*

полезный совет

содержание





салат из молодого картофеля со скумбрией











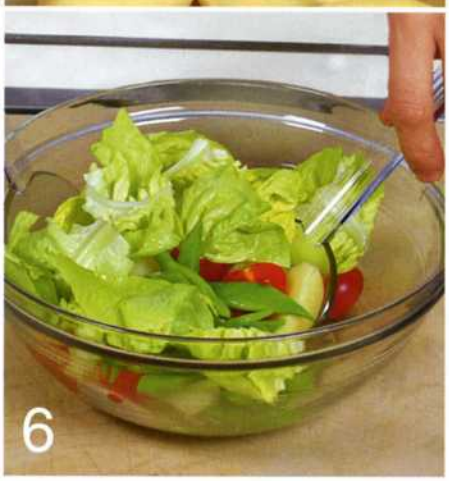
ЧТО НУЖНО:

- **150 г** стручков зеленого гороха
- **500 г** молодого картофеля
- **350 г** скумбрии горячего копчения
- **250 г** помидоров черри
- **1** кочан зеленого салата

Для заправки:

- **6 ст. л.** оливкового масла
- **2 ст. л.** белого винного уксуса
- **1 ст. л.** крупнозернистой горчицы
- **4** веточки укропа

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 471,3 ккал,
белки – 26,6 г, жиры – 31,5 г, углеводы – 20,3 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель тщательно вымыть, сварить до готовности в мундире. Остудить, очистить от кожуры.

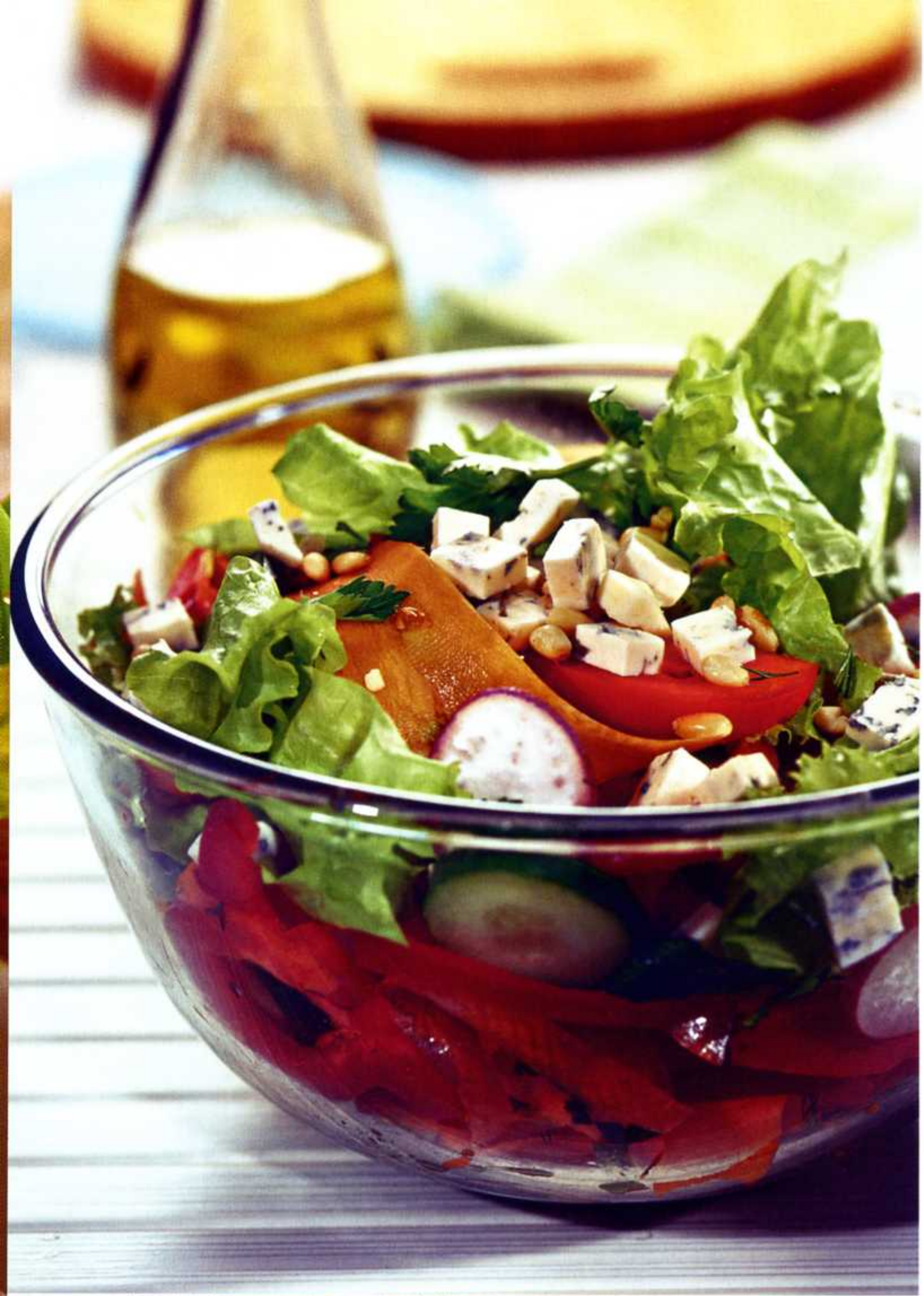
2 Скумбрию очистить от кожи и костей. Мясо размять вилкой или разобрать руками на небольшие кусочки.

3 Горошек вымыть, отрезать кончики. Разрезать каждый стручок по диагонали на 3–4 части. Опустить в кипящую воду и варить 1–2 мин. Обдать холодной водой и обсушить.

4 Помидоры вымыть и разрезать каждый на 2 части. Картофель разрезать пополам. Салат вымыть, разобрать на листья и крупно нарвать руками.

5 **Приготовить заправку.** Укроп вымыть, обсушить и измельчить. В небольшой миске смешать оливковое масло, уксус, горчицу и укроп.

6 Выложить в салатницу листья салата, зеленый горошек, картофель, помидоры и рыбу. Полить заправкой и перемешать.



салат из свежих овощей с сыром

ЧТО НУЖНО:

- **1** кочан салата-латука
- **5** редисок
- **2** помидора
- **2** огурца
- **1** морковка
- **1** красный сладкий перец
- **50 г** сыра с голубой плесенью
- **по 2** веточки сельдерея и укропа
- горсть кедровых орешков
- **3 ст. л.** оливкового масла
- несколько капель соуса табаско
- соль, перец

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 213,5 ккал,
белки – 6,4 г, жиры – 17,1 г, углеводы – 8,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Овощи и зелень вымыть. Морковь нарезать стружкой, помидоры – дольками, редис и огурцы – кружками, перец – полукружиями, сыр – кубиками. Зелень измельчить. Салат нарвать руками.

2 В миске смешать масло и соус табаско. Приправить солью, перцем.

3 В салатницу выложить подготовленные овощи, сыр и зелень. Полить заправкой. Кедровые орешки обжарить на сухой сковороде, 2 мин., и посыпать ими салат.









нарезка из ранних овощей с соусами

Ранние овощи – первая летняя радость! Сочные, нежные и очень долгожданные, они хороши прежде всего в естественном виде. Что может быть вкуснее листа салата, сорванного прямо с грядки, или молодой морковки с хвостиком зеленой ботвы? А блюдо с нарезкой из свежих овощей будет украшением и для праздничного, и для обычного стола. Особенно если вы подадите к нему не покупной майонез, а изысканные соусы. Кстати, их приготовление займет меньше времени, чем покупка готового майонеза.
Молодые овощи прекрасно сочетаются друг с другом. В нарезку можно включить любые виды салатов, морковную и свекольную ботву, редис, молодые кабачки и свеклу.


1


2


3


4


5

ЧТО НУЖНО:

- **1** пучок щавеля
- **1** кочан молодой капусты
- **3–4** молодые репки
- **3–4** свежих огурца

Для орехового соуса:

- **150 г** кешью
- **1 ст. л.** меда
- **2 ст. л.** соевого соуса
- **150 мл** сливок
- **3** зубчика чеснока

Для сырного соуса:

- **2** зубчика чеснока
- **150 мл** сливок
- **100 г** сыра с голубой плесенью
- **1 ст. л.** коньяка
- **1 ст. л.** оливкового масла
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 629,1 ккал,
белки – 21,4 г, жиры – 45,2 г, углеводы – 34,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить ореховый соус.** Орехи обжарить на сухой раскаленной сковороде, постоянно помешивая, 5 мин. Чеснок очистить и измельчить.

2 Добавить к орехам мед, соевый соус и чеснок, готовить 4 мин. Снять с огня, тонкой струйкой, постоянно помешивая, влить сливки. Поместить смесь в чашу блендера и измельчить в пюре. Перелить в соусник и поставить в холодильник на 30 мин.

3 **Приготовить сырный соус.** Чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде масло, обжарить чеснок, 1 мин. Влить бренди, готовить, пока жидкость не выпарится.
Уменьшить огонь, добавить сливки и размятый вилкой сыр. Перемешать и сразу же снять с огня.

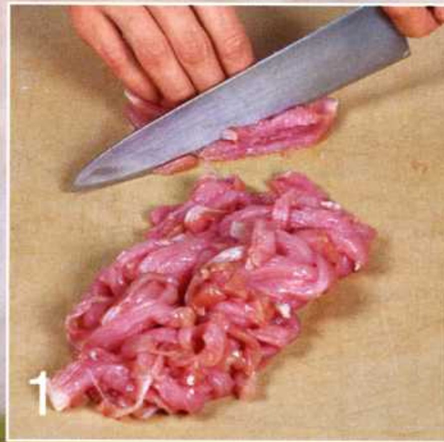
4 Взбить получившуюся смесь в блендере, посолить, поперчить. Перелить в соусник и поставить в холодильник на 30 мин.

5 Овощи и зелень вымыть, обсушить и тонко нарезать.

Выложить нарезку на большое блюдо и подать с соусами.



зеленая фасоль по-китайски







ЧТО НУЖНО:

500 г	зеленой стручковой фасоли
250 г	свиного филе
2	зубчика чеснока
3 ч. л.	кунжутных семян
2 ст. л.	растительного масла
0,5 ч. л.	кунжутного масла
1 ст. л.	соевого соуса

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 2
В 1 порции: 395,2 ккал,
белки – 38,8 г, жиры – 23 г, углеводы – 8,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Свиное филе вымыть, нарезать тонкой соломкой. Обсушить.

2 В сковороде разогреть 1 ст. л. масла, положить мясо, приправить солью, посыпать кунжутными семенами и обжарить на медленном огне, 5–7 мин. Влить оставшееся масло, положить фасоль и готовить все вместе еще 3–4 мин.

3 Чеснок мелко нарезать, смешать с соевым соусом, кунжутным маслом и добавить в сковороду. Прогреть, 1–2 мин.

салат из лосося со спаржей

ЧТО НУЖНО:

- **200 г** филе лосося
- **4** картофелины
- **6** стеблей спаржи
- **1 ч. л.** паприки
- **1 ч. л.** крупнозернистой горчицы
- **1 ст. л.** белого вина
- **4 ст. л.** оливкового масла
- соль

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 2
В 1 порции: 443,7 ккал,
белки – 27,8 г, жиры – 23,5 г, углеводы – 27,7 г



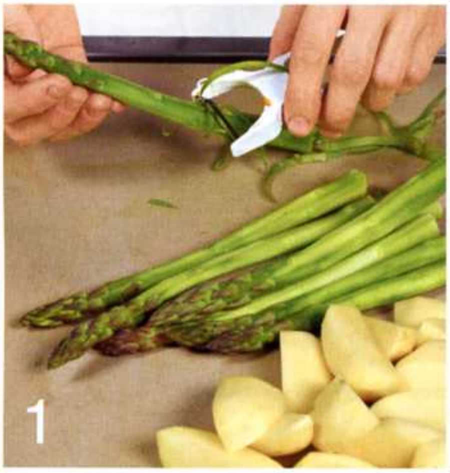
ЧТО ДЕЛАТЬ:

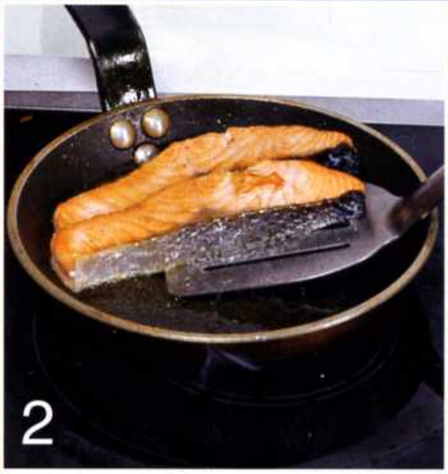
1 Спаржу очистить и отварить на пару, 10 мин. Картофель очистить, разрезать на 4 части и отварить до готовности. Оставить спаржу и картофель в теплом месте.

2 В сковороде разогреть 1 ст. л. оливкового масла с паприкой и обжарить рыбное филе, по 3 мин. с каждой стороны. Посолить. Дать рыбе слегка остыть, затем нарезать небольшими кусочками. Смешать с картофелем и спаржей.

3 **Приготовить заправку.** Взбить горчицу с оставшимся маслом, вином и солью, добавить в салат и перемешать.

Подавать теплым.









овощи, запеченные в пергаменте

ЧТО НУЖНО:

- **250 г** молодой моркови
- **250 г** молодого чеснока
- **250 г** стручков горошка
- **2** веточки базилика
- **2** щепотки розмарина
- **5 ст. л.** оливкового масла
- соль, перец

Для заправки:

- сок и цедра 1 лимона
- **2 ст. л.** белого винного уксуса
- **8 ст. л.** оливкового масла
- **1 ч. л.** горчицы

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 200,9 ккал,
белки – 2,6 г, жиры – 17 г, углеводы – 9,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь вымыть, положить в дуршлаг, поставленный на кастрюлю с кипящей водой. Готовить на пару 4 мин. Добавить горошек и готовить еще 3–4 мин. Обдать ледяной водой. Базилик вымыть и мелко порезать.



2 Молодой чеснок очистить от верхнего слоя кожицы, разрезать каждую головку пополам. В сковороде разогреть 1 ст. л. оливкового масла, положить чеснок и жарить 4–5 мин., до золотистого цвета.

3 Вырезать из пергаментной бумаги 4 больших «сердца». Смазать бумажные «сердца» оставшимся оливковым маслом.

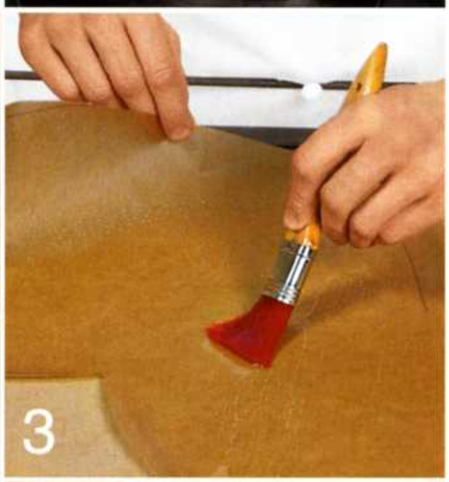
4 На половину каждого листа выложить равными порциями подготовленные овощи, присыпать базиликом и розмарином. Посолить, поперчить по вкусу. Сложить каждый лист пополам.

5 Начиная с верхушки сложенного «сердца» загнуть все края так, чтобы овощи оказались внутри бумажного конверта. Оставшийся конец подвернуть и плотно закрепить. Повторить то же самое с тремя другими «сердцами». Разогреть духовку до 210 °С. Выложить бумажные конверты на противень и запекать 5–8 мин., пока конверты не вздуются.

6 **Для заправки** смешать лимонный сок, цедру, уксус, масло и горчицу.

Готовые овощи выложить на блюдо и полить заправкой.















весеннее ризотто М≈

ЧТО НУЖНО:

1	кабачок
150 г	шампиньонов
1	луковица
1,5 ст. л.	сливочного масла
350 г	риса арборио
1 л	овощного бульона
150 мл	белого вина
100 г	тертого сыра пармезан
2 ст. л.	нарезанной петрушки

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 553,8 ккал,
белки – 15,5 г, жиры – 22 г, углеводы – 71,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кабачок очистить и мелко порезать. В сковороде разогреть половину сливочного масла и обжарить нарезанный кабачок, 5–6 мин. Переложить в миску.

2 Грибы вымыть и нарезать. Лук очистить и измельчить. В той же сковороде разогреть оставшееся масло, обжарить грибы и лук, 5–7 мин. Добавить рис, перемешать. Влить вино и готовить 2–3 мин., пока вино не впитается.

3 Порциями вливать бульон, готовить, помешивая, пока вся жидкость не впитается. Добавить сыр, кабачок и петрушку. Снять с огня, накрыть крышкой и дать постоять 5 мин.

кабачки в орехово-мятном соусе

ЧТО НУЖНО:

4	молодых кабачка
100 г	сыра чеддер
100 г	грецких орехов
4	веточки мяты
4 ст. л.	сливок жирностью 9%
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 343,7 ккал,
белки – 11,9 г, жиры – 24,9 г, углеводы – 18 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

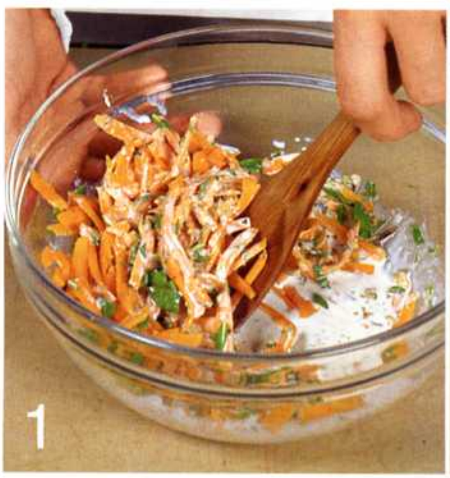
1 Сыр натереть на крупной терке. Орехи порубить ножом в мелкую крошку. Мяту вымыть, обсушить. 2 веточки разобрать на листики и мелко порезать.
Смешать сыр, орехи, измельченные листики мяты и сливки. Посолить, поперчить.

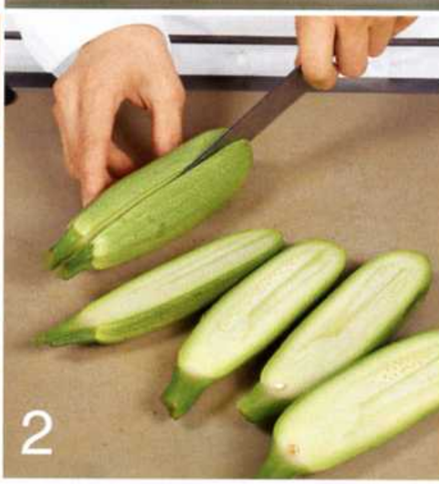
2 Кабачки вымыть и разрезать вдоль пополам.

3 Уложить кабачки срезом вверх в смазанную маслом форму для выпечки, выложить приготовленный соус. Накрыть фольгой и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 40 мин.

При подаче украсить оставшимися веточками мяты.









СПОНСОР РЕЦЕПТА

parmalat





паста «примавере»

ЧТО НУЖНО:

- **2 ст. л.** нарезанной петрушки, мяты и зеленого лука
- **400 г** замороженного зеленого горошка
- **200 г** молодой моркови
- **200 г** кабачков или цукини
- **200 г** тонкой зеленой фасоли
- **400 г** **пенне ригате Divella**
- тертая цедра и сок 1 лимона
- **5 ст. л.** сливочного масла
- **3 ст. л.** оливкового масла
- соль, перец

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 754,3 ккал,
белки – 19,3 г, жиры – 34,7 г, углеводы – 91,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В сотейнике растопить сливочное масло, добавить петрушку, мяту, зеленый лук, перемешать. Снять с огня и оставить в теплом месте.

2 **Подготовить овощи.** Морковь вымыть и очистить, оставив короткий зеленый хвостик. Цукини очистить и нарезать полукружиями. Стручки зеленой фасоли разрезать пополам.

3 Отварить пенне в кипящей подсоленной воде согласно инструкции на упаковке.

4 В отдельной кастрюле отварить в кипящей подсоленной воде морковь, 3 мин. Добавить зеленый горошек, фасоль и цукини и готовить еще 4 мин.

5 Готовые пенне отбросить на дуршлаг. Вернуть в кастрюлю, добавить сливочное масло с зеленью, оливковое масло, лимонную цедру и сок. Перемешать.

6 Выложить в кастрюлю с пенне отваренные овощи, перемешать, приправить солью и перцем, разложить по тарелкам. Можно посыпать свежими травами.

КСТАТИ

Паста Divella – настоящая итальянская паста, для приготовления которой используется только пшеница твердых сортов высшего качества. Это здоровая, легкая, но в то же время сытная пища, простая в приготовлении. Блюдо из пенне ригате лучше пропитывается соусом и приобретает более насыщенный вкус благодаря особой форме пасты с желобками.



СПОНСОР РЕЦЕПТА



лазанья с молодой капустой

ЧТО НУЖНО:

- **1** кочан молодой капусты
- **1** луковица
- **1** красный сладкий перец
- **200 г** свежих грибов
- **400 г** консервированных помидоров
- **8–10** листов **теста для лазаньи De Cecco**
- **150 мл** соуса **«Песто классический» De Cecco**
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **2** зубчика чеснока
- • щепотка порошка чили и зиры
- • соль, перец

Для сырного соуса:

- **2 ст. л.** сливочного масла
- **100 мл** сливок жирностью 10%
- **1** яйцо
- **100 г** тертого сыра

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 865,2 ккал,
белки – 19,8 г, жиры – 73,1 г, углеводы – 32 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить и измельчить. Перцы вымыть и мелко нарезать, удалив сердцевину. Грибы вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками. Обжарить лук, чеснок, перцы и грибы в 2 ст. л. разогретого оливкового масла, 6–7 мин. Помидоры слегка размять и добавить к овощной смеси. Тушить без крышки, 8–10 мин., пока смесь не загустеет. Приправить специями и солью, готовить еще 1 мин. Дать остыть.

2 Капусту вымыть, аккуратно вырезать кочерыжку, разобрать на листья. Опустить листья в кипящую подсоленную воду на 3 мин., затем обсушить на полотенце.

3 **Приготовить сырный соус.** Смешать размягченное сливочное масло, сливки, яйцо и сыр.

4 Форму смазать маслом, положить ряд листов для лазаньи. Промазать соусом песто. Сверху уложить половину овощной смеси, капустных листьев и треть сырного соуса.

5 Так же положить еще один слой. Закрыть листами лазаньи.

6 Залить оставшимся соусом, накрыть фольгой и запекать 40 мин при 180 °С. Фольгу удалить и запекать еще 3–5 мин., до образования золотистой корочки.

КСТАТИ

Макаронные изделия De Cecco производятся из мельчайшей муки семолины и холодной ключевой воды из собственного источника. На замес с холодной водой требуется намного больше времени, но зато это обеспечивает натуральный сладковатый вкус изделий и лучшее сохранение бесценного протеина.



пельмени с зеленым луком



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

400 г муки
1 яйцо
150 мл воды
• щепотка соли

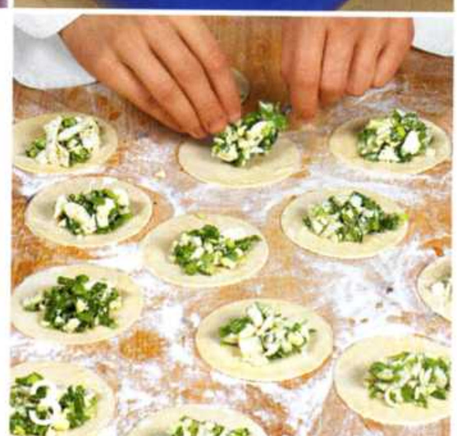
Для фарша:

500 г зеленого лука
5 крутых яиц

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 5
В 1 порции: 353,3 ккал,
белки – 15,8 г, жиры – 6,5 г, углеводы – 57,9 г







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Смешать яйцо, воду и соль. Постепенно влить получившуюся смесь в просеянную муку. Вымесить тесто, накрыть салфеткой и оставить на 30–40 мин.

2 В это время **приготовить начинку.** Яйца порубить ножом. Зеленый лук вымыть, обсушить, мелко нарезать и смешать с яйцами.

3 На присыпанной мукой поверхности раскатать тесто в тонкий пласт. С помощью стакана вырезать из него кружки. На каждый кружок выложить начинку и слепить пельмени в виде полумесяца. Отварить в кипящей воде, 7–8 мин.

Можно подать с растопленным сливочным маслом или сметаной.

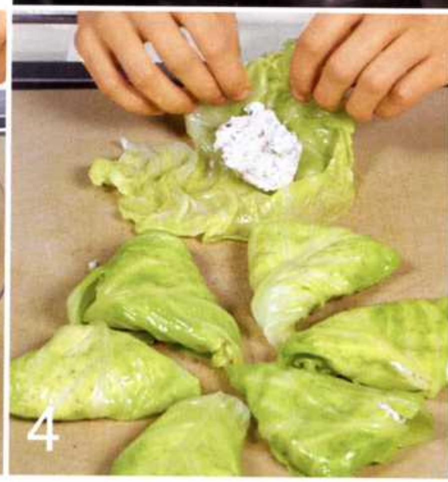


капустные конвертики











ЧТО НУЖНО:

- **1** кочан молодой капусты
- **1** желток
- **2 ст. л.** сливочного масла
- **500 г** творога
- **30 г** очищенных грецких орехов
- **2** зубчика чеснока
- щепотка сахара
- соль

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 511,7 ккал,
белки – 28,6 г, жиры – 36 г, углеводы – 18,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту вымыть и разобрать на листья. В кастрюле вскипятить подсоленную воду, опустить листья на 3–4 мин. Затем отбросить на дуршлаг и промыть холодной водой. Выложить на полотенце и дать обсохнуть.

2 **Приготовить начинку.** Грецкие орехи порубить ножом в крупную крошку. Чеснок очистить и измельчить. Сливочное масло нагреть до комнатной температуры.

3 Творог протереть через сито, добавить в него 1 ст. л. сливочного масла, грецкие орехи, чеснок, сахар, желток и соль. Тщательно перемешать.

4 Выложить на каждый капустный лист по 2–2,5 ст. л. приготовленной начинки. Свернуть листья в виде треугольника.

5 Разогреть в сковороде оставшееся сливочное масло, положить получившиеся конвертики и обжарить с двух сторон, по 4 мин.

Подавать со сметаной.

КСТАТИ

Это блюдо можно приготовить с классической начинкой из мясного фарша. Но листья молодой капусты настолько нежные, что, по нашему мнению, требуют какой-нибудь легкой, нежной начинки. Творог можно смешать не с орехами, а с первыми летними ягодами. В этом случае мы советуем часть ягод взбить со сметаной и подать в качестве соуса.

фриттата с красным луком

ЧТО НУЖНО:

- **1** красная луковица
- **300 г** молодого картофеля
- **8** яиц
- **80 г** тертого сыра чеддер или эмменталь
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **4** веточки петрушки
- • соль, перец

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 328,6 ккал,
белки – 16,9 г, жиры – 24,1 г, углеводы – 11 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель вымыть и отварить в мундире до полуготовности, 12–15 мин., остудить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить и порезать тонкими кольцами. Зелень вымыть и измельчить. Обжарить картофель в разогретом масле на маленьком огне, 4–5 мин. Добавить лук и готовить еще 4 мин.

2 Взбить яйца, добавить 2/3 сыра и петрушку. Приправить солью и перцем. Влить яичную смесь в сковороду и готовить на медленном огне 18–20 мин. Посыпать сверху оставшимся сыром и поставить в разогретую до 190 °С духовку на 5–7 мин., до образования золотистой корочки.







морковь, запеченная с зирой

ЧТО НУЖНО:

1 кг молодой моркови
3 ст. л. оливкового масла
2 ч. л. семян зиры
4 веточки кинзы
• соль по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 133,5 ккал,
белки – 2,1 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 12,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь вымыть, опустить в кастрюлю с кипящей водой и варить на медленном огне 2–3 мин. Откинуть на дуршлаг.

2 Разогреть духовку до 200 °С. В большую форму для запекания положить морковь, побрызгать оливковым маслом, посыпать семенами зиры и солью. Запекать 20–25 мин., пока морковь не зарумянится.

3 Кинзу промыть, обсушить, мелко нарезать. Присыпать готовую морковь.











итальянский овощной пирог

ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **300 г** муки
- **150 г** сливочного масла
- **1** яйцо

Для начинки:

- **1,5 ст. л.** растительного масла
- **1** красный перец
- **1** луковица
- **1** кабачок
- **100 г** сыра фета
- **2** веточки базилика
- **1** яйцо
- • морская соль, перец

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 754,1 ккал,
белки – 18,7 г, жиры – 45,8 г, углеводы – 66,7 г













ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сливочное масло нарезать кубиками. Просеять муку в миску, добавить масло и растереть пальцами до состояния хлебных крошек. Яйцо слегка взбить и добавить в смесь вместе с 1 ст. л. холодной воды. Заместить тесто, завернуть в пищевую пленку и убрать в холодильник на 30 мин.

2 В это время **приготовить начинку**. Овощи вымыть, лук и кабачок очистить. У перца удалить сердцевину и крупно нарезать. Лук порезать кольцами, кабачки – кружками. В сотейнике нагреть 1 ст. л. растительного масла, положить перец, лук и кабачок. Обжарить, помешивая, до образования золотистой корочки. Переложить овощи в миску.

3 Базилик промыть и измельчить. Фету нарезать кубиками и вместе с базиликом добавить к овощам. Приправить солью и перцем, отставить.

4 На поверхности, присыпанной мукой, раскатать тесто в круг.

5 Выложить на тесто начинку, оставляя края свободными.

6 Разогреть духовку до 180 °C. Накрыть начинку тестом, придав пирогу форму батона, защипать края. Смазать оставшимся маслом прямоугольную форму для выпечки и аккуратно переложить в нее пирог. Сверху смазать яйцом. Выпекать 20 мин. до золотистой корочки. Дать остыть, 10 мин., затем разрезать на 4 куска. Посыпать морской солью и молотым перцем.

Можно украсить листиками базилика.



«хлеб» из салата-латука

ЧТО НУЖНО:

1 кг	салата-латука
•	щепотка мускатного ореха
2	яйца
2 ст. л.	сливочного масла
Для соуса:	
3 ст. л.	сливочного масла
1,5 ст. л.	муки
0,5 л	молока
100 г	сметаны
1	желток
•	соль, перец

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 260 ккал,
белки – 8 г, жиры – 19,7 г, углеводы – 12,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Салат вымыть. Удалить верхние увядшие листья. Положить в кастрюлю с присоленной кипящей водой и варить на маленьком огне 15 мин. Остудить и протереть через сито в чистую кастрюлю.

2 В сотейнике растопить сливочное масло, добавить разведенную в небольшом количестве воды муку и, постоянно помешивая, варить 2–3 мин. Тонкой струйкой, продолжая размешивать, влить горячее молоко. Готовить на минимальном огне 10 мин. Снять огня.

3 В пюре из салата добавить половину получившегося соуса, мускатный орех и соль по вкусу. Поставить на минимальный огонь и варить под крышкой 1 ч. Снять с огня.

4 Взбить яйца венчиком, влить их в получившуюся смесь. Добавить 1 ст. л. сливочного масла, перемешать.

5 Разогреть духовку до 180 °С. Форму для выпечки смазать оставшимся маслом, на дно положить пергамент. Влить тесто. Запекать в духовке 45 мин.

6 В оставшийся соус добавить сметану и желток, тщательно размешать и перелить в соусник.

Подать «хлеб» вместе с соусом.

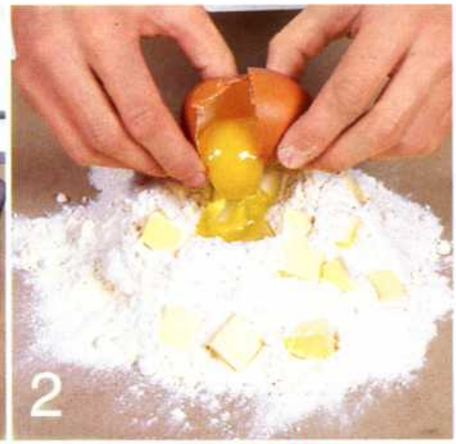




пирог с ревенем

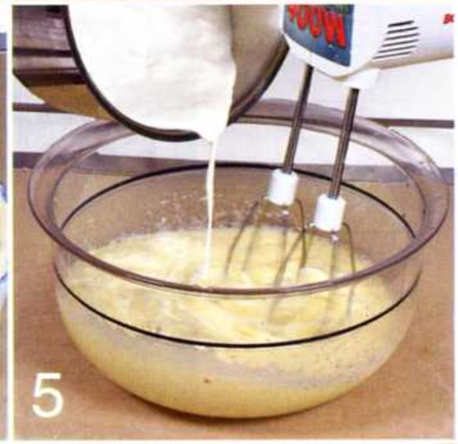
Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 337,3 ккал,
белки – 6,4 г, жиры – 17,3 г, углеводы – 39 г











ЧТО НУЖНО:

Для начинки:

- **600 г** ревеня
- **100 г** коричневого сахара

Для теста:

- **250 г** муки
- **1 ч. л.** разрыхлителя для теста
- **100 г** сливочного масла + 0,5 ст. л. для смазывания формы
- **3 ст. л.** сахара
- **2** яйца
- **2 ст. л.** сливок
- щепотка соли

Для крема:

- **150 мл** сливок жирностью 35%
- **150 мл** молока
- **1 ч. л.** ванилина
- **3 ст. л.** сахара
- **3** яйца

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Ревень вымыть и нарезать на кусочки длиной 6–7 см. Поместить в форму для выпечки, посыпать сахаром, накрыть фольгой и запекать 15 мин. Затем снять фольгу и печь еще 5 мин., до мягкости.

2 Для приготовления теста на рабочую поверхность просеять горкой муку, добавить сахар, соль и разрыхлитель. Сделать углубление, вбить в него яйца, порубленное на кусочки масло и влить сливки. Вымесить гладкое, однородное тесто, скатать его в шар, накрыть и убрать в холодильник на 45–60 мин.

3 Раскатать тесто в круг тонким слоем. Форму для пирога диаметром 25 см смазать маслом и застелить тестом.

4 Разогреть духовку до 190 °С. Проткнуть тесто вилкой в нескольких местах, застелить пергаментом, засыпать фасолью и выпекать 20 мин. Удалить фасоль и пергамент, вернуть форму в духовку еще на 5 мин.



5 **Приготовить крем.** В сотейник влить сливки, молоко, добавить ванилин. Довести до кипения и снять с огня. В миске с помощью миксера взбить сахар и яйца, затем, продолжая взбивать, аккуратно влить горячую смесь.

6 Разложить куски ревеня по поверхности пирога, залить кремом и запекать 30–35 мин., пока крем не схватится. Остудить в форме, затем переложить на блюдо, аккуратно отделив ножом от краев формы.